

Sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería en UCI

Autor: Martínez Valls, Javier (Graduado en Enfermería).

Público: Profesionales sanitarios, estudiantes de enfermería. **Materia:** Enfermería intensiva, urgencias y emergencias, enfermería laboral. **Idioma:** Español.

Título: Sobrecarga laboral en los profesionales de enfermería en UCI.

Resumen

La sobrecarga de trabajo en profesionales sanitarios, se ha identificado como un factor importante de revisión en el ámbito de la salud y la seguridad del profesional de enfermería, tomando hincapié en el impacto que llega a generar en el cuidado y en la propia seguridad del paciente. Los factores como la presión del tiempo y la exigencia mental en una unidad de cuidados intensivos, hace determinante el cansancio físico y mental por los que pasan muchos de estos profesionales.

Palabras clave: "Sobrecarga laboral", "deterioro físico", "calidad asistencial", "estrés".

Title: Occupational overload in nursing professionals in ICU.

Abstract

The overload of work in the health professionals has been identified as an important factor of the revision in the health and safety of the nursing professional, emphasizing the impact that comes to generate in the care and in the own patient safety. Factors such as time pressure and mental demands in an intensive care unit make physical and mental fatigue determinant for many of these professionals. The realization and the implementation of common projects, are key elements in organizing the nursing work with Decrease in workload.

Keywords: "work overload", "physical impairment", "quality of care", "stress".

Recibido 2017-01-31; Aceptado 2017-02-06; Publicado 2017-02-25; Código PD: 080147

INTRODUCCIÓN

El trabajo desarrollado en una unidad de cuidados intensivos se ve afectado por diversos agentes que dañan de una manera directa o indirecta el entorno laboral del trabajador y la calidad del cuidado asistencial que brinde en este caso el profesional de enfermería.

La carga de trabajo a la que se enfrenta el profesional sanitario se relaciona normalmente con el nivel, estado y complejidad de la tarea para el cuidado del paciente y por supuesto por diferentes factores externos que se relacionan de una manera directa con la atención de enfermería en el cuidado del propio paciente².

En una unidad de cuidados intensivos, numerosos cometidos de enfermería deben ser realizados por un grupo de enfermeros y auxiliares durante un turno concreto (denominándose carga de trabajo a nivel de la unidad)². El tipo, el método y la cantidad de carga laboral de estos profesionales suele estar parcialmente dividida por las características propias de la unidad y de la especialidad en cuestión (por ejemplo, unidad de cuidados intensivos o de urgencias- frente a los servicios de hospitalización). Los profesionales sanitarios, al realizar procesos asistenciales, se enfrentan a situaciones muy diversas en las que deben dar determinadas respuestas en cortos espacios de tiempo y que suelen ser determinantes fundamentales de la carga laboral llevada a nivel del enfermo^{2,4}.

La carga laboral a nivel sanitario puede estar mediada por una disposición inadecuada de recursos asistenciales y/o por tareas adicionales que se les presentan día a día a los profesionales sanitarios aumentando así el tiempo de la tarea a realizar y con un consumo de horas que en algunas ocasiones puede llegar a ser una situación totalmente inadecuada⁷.

Europa, ha evidenciado durante los últimos años, un deterioro progresivo en las condiciones de trabajo del sector sanitario, específicamente y más concretamente en el área de enfermería, donde como hemos mencionado, no se cuenta con un personal asistencial suficiente para el continuo cuidado del paciente⁵.

En la gran mayoría de países de Europa, los enfermeros prestan hasta un 75% de los servicios sanitarios, una situación mediada por la escasa disponibilidad de este personal que decrece día a día rápidamente a nivel europeo y mundial, siendo más apreciada esta problemática en los países que se encuentran en vías de desarrollo, donde los profesionales sanitarios migran a otras regiones y/o países en busca de oportunidades y mejores condiciones laborales^{6,8}. Además del fenómeno de la migración, más concretamente representado en nuestro país, enfermería se enfrenta continuamente a entornos de trabajo estresantes y no saludables, que afectan a su bienestar físico y psicológico, agudizándose estas afecciones por el estrés de las pesadas y duras cargas de trabajo, largas horas de jornada laboral, difíciles relaciones por numerosas controversias en el lugar de trabajo, los problemas que derivan a las funciones profesionales, y diferentes riesgos a los que están sometidos en el lugar de trabajo¹.

Todo este conjunto de relaciones en muchas ocasiones acaban en acontecimientos de intensa carga emocional para el enfermero que este al cuidado del enfermo, ya que es necesario controlarlas regularmente para que la situación o circunstancia dada pueda ser resuelta de forma eficiente⁶. En algunos casos, estas situaciones pueden llegar a originar desenlaces negativos o fatales que son manifestados por sentimientos de estrés, temor, frustración o desesperación por parte del propio personal de enfermería^{6,7}.

Diversos estudios actualizados muestran una prevalencia alta de estrés psicológico en estos profesionales, ocasionado numerosas veces por una gran responsabilidad sobre la atención y el equilibrio de salud hacia el paciente así como por los propios problemas de organización de la institución sanitaria⁸.

Destacan comúnmente afecciones cognitivas hacia el entorno de la organización y sus pacientes, instituyendo este último un importante factor de riesgo en la aparición de altos niveles de estrés³.

Es por ello que la salud y la seguridad en el trabajo, debe integrarse a las diferentes condiciones en las cuales se expone continuamente el ser humano al momento de desarrollar una óptima calidad asistencial.

METODOLOGÍA

Con la presente investigación se pretende contribuir a la puesta en marcha de intervenciones orientadas al control del proceso asistencial y poder así evitar situaciones potencialmente estresantes que vayan en contra de la calidad de vida manifestada en el trabajo de los profesionales de enfermería.

Se desarrolló un estudio sistemático de revisiones actuales en las que se analizó el sistema de trabajo sanitario para identificar las fuentes o factores de sobrecarga laboral en profesionales de la enfermería. Una búsqueda en profundidad en bases de datos científicas para su adecuada elaboración y aportaciones personales y profesionales por los años dedicados al trabajo en una unidad de cuidados intensivos.

RESULTADOS

La sobrecarga laboral en los profesionales sanitarios se manifiesta comúnmente por el aumento del número de tareas y cuidados a realizar durante la jornada laboral, mediante el aumento de la intensidad en el ritmo de trabajo y las horas extras de trabajo dispuesta en turnos¹.

Los resultados nos indican que en la mayoría de las veces, la presión temporal por no finalizar una tarea y la exigencia mental que ella conlleva, son una de las mayores fuentes que generan esta sobrecarga de trabajo y de desgaste en los profesionales dedicados a la salud, lo que potencialmente puede llegar a canalizar la presentación regular y progresiva de errores, conduciendo a eventos adversos en los enfermos⁸. Todo ello se manifiesta por las horas de trabajo ya mencionadas, la escasa disponibilidad en el tiempo para la recuperación nocturna, y de los espacios utilizados para el reposo^{4,5}.

Todo este análisis es coherente con numerosos resultados que son arrojados por diversos estudios, los cuáles indican que, el esfuerzo mental afiliado a la recepción y la toma de decisiones entre alternativas en cortos periodos de tiempo, son un factor determinante en la sobrecarga mental y sobretodo laboral².

Se encuentra que las exigencias mentales llevadas a cabo en las unidades de cuidados intensivos por el personal de enfermería son una de las mayores fuentes generadoras de sobrecarga laboral. Sin embargo, todo ello puede verse limitado por labores extras o adicionales que se añaden a los cuidados comunes o diarios que se deben realizar durante una jornada laboral normal^{4,6}.

Las pruebas diagnósticas, interconsultas, tratamientos en el paciente, entre otras, puede llegar a limitar el quehacer del profesional, debido a que nos centramos en el enfermo en cuestión con numerosas tareas, llegando a prestar una menor atención a los demás enfermos que en ese momento están a tu cargo, produciéndose una tremenda frustración y reducción en la calidad de vida⁷.

Se permite evidenciar que en las unidades de cuidados intensivos estudiadas, los cuidados desempeñados por los propios profesionales de enfermería y las principales fuentes manifestadas en sobrecarga laboral, están generadas comúnmente por la presión temporal ya citada y la exigencia mental que ello conlleva^{4,7}.

Del mismo modo, permitimos atestiguar que la sobrecarga laboral de los profesionales de enfermería no debe seguirse midiendo de manera tradicional con el proceso enfermero/paciente, sino que debería ser actualizada con indicadores propios más relevantes como la multiplicidad de cuidados ofrecidos y dados en el paciente, la presión de tiempo en el procesamiento de información y en el desarrollo de los cuidados, actualmente viéndose aumentado y cada vez más habitual, por la introducción de las nuevas tecnologías, con la dedicación e implicación que ello conlleva⁶.

Por todo ello, se requiere y se hace indispensable una intervención integral y absoluta, donde se precise del correcto compromiso y de la gestión de los niveles administrativos para el diseño y mejora eficaz de los puestos de trabajo en enfermería, pudiendo repercutir en un mejor desarrollo de las competencias por parte de todos los profesionales sanitarios, incidiendo de manera positiva en la calidad asistencial que se le va a ofrecer al paciente.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La exigencia mental y psicológica de los profesionales de enfermería se encuentra como una segunda fuente de sobrecarga en el trabajo, relacionándose directamente con la nueva complejidad de las tecnologías, el manejo de información para el desarrollo de las mismas, la responsabilidad en la toma de decisiones y las condiciones críticas en la que se encuentran los pacientes en las unidades de cuidados intensivos, aunadas además por las demandas de información en los familiares de los pacientes⁸.

La presión de tiempo es como ya hemos mencionado, considerada por los profesionales sanitarios como la mayor fuente de sobrecarga del trabajo, establecida por cuidados reales que se deben realizar en un periodo corto de tiempo, llegando a frustraciones, bloqueos mentales y una reducción de bienestar en nuestra calidad de vida⁶.

Por todo ello, atendiendo a la legislación vigente en materia de salud y bienestar, se sugieren orientar estrategias y medidas que permitan adecuar el mejoramiento de las condiciones de trabajo de los profesionales.

- Promover el desarrollo en la formación avanzada para los profesionales sanitarios, de tal manera que pueda garantizarse un cuidado óptimo, seguro, eficaz y eficiente.

- Rediseñar y/o reorganizar el sistema de turnos de trabajo en orientación a minimizar las alteraciones del ciclo circadiano. Elaboración de planillas de acuerdo al ritmo de trabajo y al esfuerzo físico que se realiza en consulta con los profesionales que trabajan en esa unidad, para una adecuada calidad asistencial.

- Poder llegar a generar una política de turnos óptima que permita adecuar las condiciones de trabajo del profesional y tener en cuenta condiciones individuales presentes en los trabajadores, en la propia prestación de los servicios enfermeros, tomando hincapié especialmente en unidades de cuidados intensivos, donde en situaciones críticas, mantener la atención psicológica y permanecer en un buen estado físico/mental permite brindar un cuidado de calidad, oportuno y seguro.

•

Bibliografía

1. Oliveira AC, Garcia PC, Nogueira LS. Nursing workload and occurrence of adverse events in intensive care: a systematic review. *Rev Esc Enferm USP*. 2016 Jul-Aug; 50(4):683-694
2. Novaretti MC, Santos Ede V, Quitério LM, Daud-Gallotti RM. Nursing workload and occurrence of incidents and adverse events in ICU patients. *Rev Bras Enferm*. 2014 Sep-Oct; 67(5):692-9.
3. Nogueira Lde S, Koike KM, Sardinha DS, Padilha KG, de Sousa RM. Nursing workload in public and private intensive care units. *Rev Bras Ter Intensiva*. 2013 Jul-Sep;25 (3):225-32
4. Moreno Arroyo MC, Jerez González JA, Cabrera Jaime S, Estrada Masllorens JM, López Martín A. Seven hour shifts versus 12 hours in intensive nursing care: going against the tide. *Enferm Intensiva*. 2013 Jul-Sep; 24(3):98-103
5. Romero Massa, E., Lorduy Bolívar, J. P., Pájaro Melgar, C., & Pérez Duque, C. A. Relación entre la carga laboral de enfermería y la gravedad del paciente en unidades de cuidado intensivo de adultos. *Aquichan*. 2011, 11(2), 173-186.
6. Novoa M, Nieto C, Forero C, Caycedo C, Palma M, Montealegre M, et al. Relación entre perfil psicológico, calidad de vida y estrés asistencial en personal de enfermería. *Univ Psychol* 2005; 4(1).
7. Ferrada S1, Urso A2, Riffo C2, Sánchez H3, Villamizar G4. Relación entre carga laboral e incidentes en una unidad de cuidados intensivos polivalente. *Revista chilena de medicina intensiva*. 2005; 20(2): 87-90
8. Lima MP, de Freitas CH. The nurse interacting and relating: the context of nursing care in a semi-intensive unit. *Rev Bras Enferm*. 2011 Nov-Dec; 64(6):1067-74